

Arriva l'afa: consigli utili per evitare le intossicazioni alimentari

Elisa Signoretti - 06/08/2014



ANCONA, 06 AGOSTO 2014 - Con l'arrivo dell'estate e del caldo, batteri e tossine, risultano essere un problema per la conservazione del cibo. L'afa aumenta la proliferazione batterica ed è necessario che i cibi vengano sottoposti a cottura o riscaldati a temperatura elevata. In tale condizioni i rischi che tossine e batteri rimangano in vita, diminuisce.

Afa: consigli per evitare le intossicazioni alimentari

La cattiva conservazione del cibo può, dunque, risultare dannosa per l'organismo umano. Le intossicazioni alimentari estive sono, infatti, più frequenti. Adoperare alcuni accorgimenti può essere fondamentale per evitare questi inconvenienti. L'Istituto zooprofilattico di Torino ha formulato semplici consigli ed importanti precauzioni per una consumazione certa e genuina.

L'estate, o comunque con l'arrivo del caldo, è preferibile fare la spesa appena prima di andare a casa. Questo perché è bene riporre subito in frigo gli alimenti. Ancora più sicuro è utilizzare borse termiche per i surgelati che devono essere trasportati. La borsa termica è, inoltre, importante per la conservazione del pranzo in ufficio.

Con le belle giornate si è soliti organizzare pic nic, in questi casi bisognerebbe non cucinare nel mezzo di un prato o in una piazzola. Trovare superfici di lavoro pulite è decisamente difficile. In casa si consiglia di aprire frigo e freezer solo quando è necessario ed evitare di lasciare lo sportello aperto per molto tempo. Condizione fondamentale è, inoltre, non riempire il frigo di alimenti, questi raffredderebbero meno.

Dopo mangiato, è bene non lasciare a lungo in tavola i piatti preparati e gli avanzi del pasto e la verdura e la frutta andrebbero consumate esclusivamente fresca oppure congelarle.

Una importante accortezza è quella di lavare accuratamente le mani con acqua calda e sapone disinfettante prima della preparazione e del confezionamento dei cibi. Igienizzare il piano di lavoro così come forchette e coltelli usati come utensili, è importantissimo. Ricordate sempre di separare i cibi crudi da quelli cotti.

(Fonte Tgcom 24)

Elisa Signoretti